Gazeta dla Kobiet

1. O błogosławiona Światłości niebian, najwyższa nadziejo ludzi śmiertelnych, Jezu, którego przyjście na świat powitał uśmiech miłości rodzinnej.

2. O Marjo, w łaskę bogata, Ty jedna możesz na łonie Twojem pocałunkami ogrzać Jezusa i mlekiem Go swojem karmić.

3. I Ty, z grona Patrjarchów wybrany na stróża Dziewicy, którego Boże Dziecię tko obdarzyło słodkiem mianem ojca.

4. Ze szlachetnego szczepu Jessego zrodzeni na zbawienie narodów, wysłuchajcie nas kornie błagających, zgromadzonych u stóp ołtarzy waszych.

5. Gdy słońce zachodzi, odbierając wszem rzeczom ich krasę, my trwamy w modlitwie, płynącej z głębi serc naszych.

6. Użyczcie nam tej łaski, by wdzięk wszystkich cnót w waszym domku kwitnących, zajaśniał i w naszem ognisku domowem.

7. Tobie, Jezu, któryś stał się posłuszny swym rodzicom, niech będzie wieczna chwała, wraz z Ojcem i Najświętszym Duchem. Amen.

Hymn z nieszporów na uroczystość Najśw. Rodziny



Murillo — *Święta Rodzina*

miesięcznik ilustrowany
POZNAŃ

Rok XXVII Styczeń 1935 Nr. 1

MSZA ŚW. — NIEWYCZERPANYM SKARBEM KOŚCIOŁA

I. (c. d.)

W poprzednim numerze była mowa o przygotowaniu się do Mszy św., które powinno być jak najlepsze, — o kościele, jako przybytku Bożym, o krzyżu, wreszcie o ołtarzu, na którym spełnia się Najśw. Ofiara. W większych kościołach znajduje się kilka lub kilkanaście nawet ołtarzy, lecz tutaj zajmować się będziemy jedynie **wielkim ołtarzem,** to jest tym, w którym, w Tabernakulum, zamieszkuje Eucharystyczny Pan Jezus. Przed tym ołtarzem odprawiają się uroczyste nabożeństwa, szczególnie świąteczne; przed nim to gromadzą się wierni, chcący **wspólnie, zbiorowo, uczestniczyć** w sposób uroczysty we Mszy św. Obecnością tu naszą na wezwanie Kościoła stwierdzamy, iż uznajemy Boga za naszego Pana i Stwórcę, że chcemy mu cześć oddawać i dziękować za otrzymane dobrodziejstwa, przepraszając go za grzechy własne i całej ludzkości, a błagając o nowe łaski. Jasno zeznawszy w sobie, poco przyszliśmy do kościoła, — uprzytomnijmy też sobie rolę kapłana, który jest naszym przewodnikiem w tem zbiorowem dziele służby Bożej.

Odprawiając Mszę św., **kapłan,** jako zastępca Chrystusa Pana na ziemi, — przemawia do Boga w imieniu wszystkich, zgromadzonych w Kościele chrześcijan. Kapłan to człowiek, poświęcony Bogu i wykształcony w nauce Bożej (czyli teologji), który otrzymał od swego biskupa, za sprawą Ducha Św., moc i władzę osobliwą dla wykonywania czynności swego urzędu, a zarazem i zaszczytne uprawnienie do sprawowania Najśw. Ofiary. To wielkie powołanie kapłana wyróżnia go i wywyższa ponad innych wiernych i skłaniać ich powinno do szacunku dla jego soby, — jako dla naszego kierownika duchowego i zastępcy przed Bogiem.

Chociaż kapłan, jako sługa Boży, jest specjalnie upoważniony do sprawowania Mszy św., — nie zwalnia to jednak ogółu wiernych od jak najgorliwszego współudziału we wszystkich jego czynnościach we Mszy św. i modlitwach: przeciwnie, powinniśmy się z nim jednoczyć umysłem i sercem, porzuciwszy to wszystko, co nas w świecie zajmuje, dla jedynego celu — chwały Bożej. Na wszystko to, co kapłan w imieniu naszem mówi do Boga — odpowiadajmy w duchu: Amen — niech się tak stanie. Ministrant, mały sługa ołtarza, wybrany z grona wiernych, — za nas daje odpowiedzi kapłanowi w czasie Mszy św.

Kapłan, uroczyście przybrany w szaty liturgiczne (obrzędowe), których każda część ma swe symboliczne znaczenie: humerał czyli chustka na szyję, alba, czyli suknia biała, pasek, manipularz na rękę lewą, wreszcie stuła i ornat, dostosowane kolorem do danego okresu roku kościelnego, — wychodzi z zakrystji wraz z ministrantami, przybranymi również w długie szaty, białe komeżki i pelerynki stosownego koloru. Niesie kapłan w ręku kielich i patenę z hostją.

Na chórze odzywają się równocześnie organy oraz śpiew solowy lub chóralny, mający na celu uświetnienie uroczystego obrzędu, jaki się w kościele odbywa. W niektórych kościołach zebrani wierni śpiewają przed — lub nawet w czasie Mszy św. — pobożne pieśni (np. starożytny hymn „Bogurodzica—Dziewica" albo suplikacje pokutne: „Przed oczy Twoje, Panie, winy nasze składamy"), oddają tem również hołd Bogu, o ile nie czynią tego bezmyślnie. Łacińskie przysłowie powiada: „Kto śpiewa — podwójnie się modli". śpiew kościelny powinien jednak być piękny, zgodny, niekrzykliwy, odpowiedni do poważnego nastroju danej chwili, — słowem, taki, jakiego trzeba na przyjęcie „Króla królów i Pana panujących".

Pamiętajmy, iż dla spełnienia obowiązku religijnego wymagana jest obecność nasza na **całej** Mszy św. — i **że** większe spóźnienie się lub też opuszczenie ważniejszych części Mszy św. — może uczynić nieważną obecność naszą w dniu świątecznym w kościele. Niektóre osoby niecierpliwi dłuższe nabożeństwo, toteż pewna pani skarżyła się przed wyższym duchownym we Francji, iż Msza św. trwa za długo. „Ależ nie, proszę pani, — odpowiedział jej, — to nie Msza św. jest za długa, tylko pobożność pani niewystarczająca."

Wierni, znajdujący się w kościele podczas Mszy św., obowiązani są do zachowania powagi i godnej postawy; — nie mogą więc rozmawiać, rozglądać się ciekawie, ani zajmować się ubiorem własnym czy też bliźnich. Można Mszy św. słuchać stojąc lub siedząc, a przyklękać tylko podczas Spowiedzi powszechnej i na dzwonki przy Sanctus, podczas Podniesienia, Agnus Dei, i Komunji św.; dobrze jest też klęczeć, jeśli kto może, od Ofiarowania, wzgl. od Sanctus — do Komunji św. włącznie. Gdy kapłan czyta Ewangelję — wstajemy przez szacunek dla słów P. Jezusa oraz dla zaznaczenia gotowości naszej do obrony wiary św.

(D. c. n.) **Fidelis.**

Intencja modlitwy Ojca św. na styczeń

O zwalczenie bezbożnictwa

Przyczyną wszelkiego zła jest duch pogański. Idzie on poprzez cały świat i szerzy zarazę moralną. Na sztandarze swym wypisał: Nie chcemy Boga.

Bezbożność opanowała ludzi. Burzy i niszczy wszystko co ich do Boga pociąga i zbliża.

Gdy słuchamy i czytamy w dziennikach o tem, co się dzieje w Rosji, Meksyku, Hiszpanji — przekonywujemy się jak wielką siłą musi być organizacja tych, co zniszczyć chcą w sercach ludzkich wiarę, wydrzeć szczęście wieczne i zaburzyć życie ziemskie. Niedawno temu, bo w październiku ub. r. odbył się w Warszawie walny zjazd delegatów kół wolnomyślicielskich w Polsce. Na zjeździe tym wzywano do tworzenia jaknajliczniejszych szeregów wolnomyślicielskich, równocześnie wyrażali mówcy ogromne zadowolenie z tego, co ruch bezbożniczy dokonał w Rosji sowieckiej. Niedawno zaszłe wypadki w Austrji zaliczyli do wielkich sukcesów wolnomyślicielstwa.

I Polska ma niemało bezbożników, jeżeli urządzają nawet zjazdy w stolicy kraju. Warszawskie koło wolnomyślicieli ma około 500 członków a Poznań ma ich około 100.

A nas katolików liczymy przecież na miljony. Walka nasza nie może iść w pojedynkę. Musi być również zorganizowana. W zbiorowem apostolstwie nieść musimy światu miłość, której wyrazem Bóg. Z nim zwyciężymy zło, którego wyrazem szatan.

Jako dzieci Dobra sięgnijmy do tych środków walki, które są niezawodne i prędzej czy później skuteczne. Jednym z tych środków to modlitwa.

Ojciec św. na pierwszy miesiąc nowo rozpoczynającego się roku zaleca byśmy modlili się o odwrócenie zarazy bezbożniczej.

Módlmy się o moc dla ludzi małej wiary, których bezbożnicy przedewszystkiem chcą dla siebie zjednać i przez to od Kościoła odciągnąć.

W zgodnej modlitwie błagajmy, by Bóg zapanował nad całym światem.

LEGENDA BRETOŃSKA

Było to w czasie potopu — nie tego z Noem i korabiem, lecz tego, którym przed laty nawiedził Bóg wyłącznie Bretanję.

W maleńkiej wiosce St. Vinol żył pasterz Amel ze swą młodziutką, śliczną żoną Penhor.

Kochali się bardzo i bardzo byli szczęśliwi.

Amel był rosły, silny, nie obawiający się żadnej pracy, żadnego trudu. On to niósł na procesji cudowną figurę Matki Boskiej Vinolskiej. Matka Boska Vinolska była cała złocista. U stóp jej nie brakowało nigdy darów przeróżnych. Znosił jej lud okoliczny len, zboże, wełnę, aby okupić swe winy, nie pomnąc, że winy maże jeno skrucha...

Kiedy Bóg dał Amelowi synka, węzeł miłości rodzinnej jeszcze się więcej zacieśnił, a wdzięczność za ten dar Boży gorzała w ich sercach. Gdy dzieciątko miało dni dziesięć Penhor wzięła je na rękę i zaniosła do kościoła przed cudowną figurę.

— Panienko Najświętsza, popatrz się. To nasz synek. Przypatrz mu się dobrze, abyś go rozpoznała, kiedy będzie potrzebował Twojej pomocy.

Niewiadomo, czy to parafja St. Vinol — czy też cała Bretanja społem naraziła się czem Panu Bogu, dość — że pewnej nocy woda nagle wzburzyła się i wzdęła niby mleko uciekające z naczynia. Wicher jął huczeć straszliwie, deszcz spływał potokami, ziemia drżała.

Cała równina pokryła się wodą, a gdy nadszedł ranek ujrzano, że to już nie rzeka wystąpiła z brzegów, ale morze zerwało granice, które mu Bóg naznaczył i przybyło groźne, zbuntowane — już nie morze, ale potop prawdziwy.

Kościół w St. Vinol zbudowany był na pagórku, tam więc przerażeni mieszkańcy szukali przytułku, ratując się przed zalewem.

Jeno Amel z Penhorą stali przed drzwiami swej chaty, która była położona jeszcze wyżej niż kościół.

Gdy woda doszła do nich, schronili się na piętro a gdy ich tam dosięgła wdrapali się na dach. Lecz i tam poszła za nimi.

— Mężu — rzekła Penhor — przyjdzie nam tu razem umrzeć.

— Nie — odparł Amel.

— Jakto? Czy chciałbyś nas porzucić?

— Nie! — odparł ponownie Amel.

A woda rosła.

— Weź Raulka — rzekł, prostując się na samym szczycie dachu – pomogę ci wejść na moje ramiona. Postawisz nogi na moich ramionach i stać będziesz bezpiecznie.

Penhor rzuciła mu się płacząc na szyję.

— Nigdy! — broniła się.

— Spiesz się — to dla dziecka. Opierając się na mnie, utrzymasz się nieco dłużej i może tymczasem wody staną. Żegnaj, drogo żono, jeżeli umrę, a ty się uratujesz będę szczęśliwy. Naucz go pamiętać o ojcu.

Penhor usłuchała i zaledwie stanęła na ramionach męża, woda zalała głowę Amela.

Penhor, płacząc rzewnie, jakby jej serce wypłynąć chciało oczami, stała tuląc dziecinę.

Gdy woda dosięgła jej już do pasa, uścisnęła Raulka i podniosła go mówiąc:

— Postaw nóżki na moje ramiona i stój mocno.

— Mamo! — załkało dziecko — Raul nie chce, — nie... nie...

— Spiesz się. Tak trzeba, Może woda wreszcie przestanie rosnąć. Wspierając się na mnie utrzymasz się może czas jakiś. Jeżeli ty się uratujesz, będę szczęśliwa. Żegnaj mi, synku najmilszy, jedyny, moje kochanie, moje wszystko — a nie zapomnij o ojcu i matce. — Umilkła bo woda dosięgła jej już do ust.



...gdy spostrzegła jasną czuprynkę ponad falami...

Z ponad toni wystawała już tylko jasna czuprynka maleńkiego Raulka i koniuszek niebieskiego szalika, którym poruszał wiatr.

W tym właśnie momencie cudowna Panienka z St. Vinol opuściła swoją podmytą niszę, zamierzając przez najwyższe okno wydobyć się z zalanego kościoła i unieść się do nieba. Zabierała ze sobą wszystkie ofiary.

Już — miała się wzbić w przestworza, gdy spostrzegła jasną czuprynkę ponad falami i powiewający na wietrze rąbek niebieski.

Najświętsza zatrzymała się.

— Wszakci to dziecko do mnie należy — trzeba je także zabrać.

I schwyciła jasne włoski, sądząc, że je z łatwością podniesie.

Ale dziecko było ciężkie — dziwnie ciężkie na swoje maleńkie ciałko, tak ciężkie, że Najświętsza Panna musiała wypuścić z ręki wszystkie skarby, aby mieć obie dłonie wolne.

Gdy już wszystkie ofiary i kwiaty odrzuciła, dopiero zdołała wydźwignąć dziecko z wody. — Ale teraz już nie dziwiła się, że takie było ciężkie. U maleńkich stóp Raulka uczepione były zamierające dłonie matki, a matkę obejmował ostatnim wysiłkiem ojciec.

— O! — rzekła Najświętsza Panna, wzruszona na widok splotu serc — jak cudnem dziełem jest to dzieło Boże!

I tego ojca z matką i tę matkę z dziecięciem, te trzy serca nierozerwalnym węzłem splecione trzy miłości, które stanowią jedno: Rodzinę — owinęła w rąbek złocistej swej szaty i zabrała ze sobą do nieba.

Tłum. z franc. R. E.

ŻEBY WSZYSTKIE RODZINY POLSKIE MIAŁY DACH NAD GŁOWĄ, A POD TYM DACHEM WŁASNY CHLEB...

Mam znajomą, która wszystkie moje suknie szyte przez domową krawcową, zawsze krytykuje, lecz gdy po moim powrocie z Paryża ujrzała na mnie nową szmatkę (szytą przez tę samą krawcową) zachwycała się i materjałem i krojem. „Zaraz znać, że to paryska suknia — mówiła — gdzieby tu w Poznaniu, umieli tak rękawy wszyć!"

Naodwrót, gdy wyjeżdżałam z Paryża — na krótkie wakacje do domu — moja gospodyni, Francuzka, prosiła mnie, bym jej przywiozła doskonałych polskich czekoladek i płócienną serwetę, z szarego, prostego płótna. Twierdziła że w całej Francji niema tak dobrych czekoladek, a płócienne serwetki są wiele ładniejsze od jedwabnych.

Zabawne to, ale jakże częste, że zachwycamy się zawsze czemś zagranicznem, co wydaje się nam stokroć lepsze, trwalsze i ładniejsze od własnego krajowego produktu. To pewnie tak już zawsze było, że najmilsze to co dalekie i trudniejsze do zdobycia. I nie byłoby w tem nic tak bardzo złego, gdyby to nasze **przekonanie o doskonałości wyrobów zagranicznych nie wywoływało tak ciężkich i poważnych skutków na całe nasze gospodarstwo.**



Zdumiałam się niezmiernie i przestraszyłam poprostu, gdy z dużych plakatów o „Pociągu-Wystawie" dowiedziałam się ile to setek miljonów złotych poszło w roku 1934 zagranicę na produkty przemysłowe a i za produkty rolne, których w kraju mamy obfitość. Za ryby świeże i solone, śliwki suszone i świeże jabłka, grzyby, sery, kukurydzę, pszenicę, czosnek i t. d. **A każdy złoty zagranicę wywieziony, to skreślony jeden dzień pracy polskiego robotnika, a każdy dziesiątek złotych to utrata pracy rodziny polskiej, a setki i tysiące złotych za produkty zagraniczne to setki rodzin polskich bez dachu, bez chleba, bezdomność i głód.**

Bo kto da pracę? Czy rolnik, który swego produktu pozbyć się nie może, czy przemysłowiec, którego fabryki towaru sprzedać nie mogą, podczas gdy obcy towar znaleźć można pod każdym prawie polskim dachem?

I nietylko litość nad bezrobotnym, bezdomnym rodakiem skłaniać nas powinna do popierania polskiego towaru. Prosty interes. Moja matka — naprzykład, bardzo zabawnie kupuje. Wybierała wczoraj mydło. Więc najpierw — naturalnie krajowe — potem jeszcze z krajowych poznańskie, bo twierdzi, że gdy ten najbliższy robotnik znajdzie zatrudnienie i zarobek, to przyjdzie do nas do składu po towar, a im więcej będzie u nas w mieście ludzi zarobkujących, tem na więcej głów rozdzieli się podatek i sama będzie płacić mniejszy. No i trudno nie przyznać jej słuszności.

Coraz więcej także znikają z naszego domu wszystkie zagraniczne towary. Ryż, ten ryż w rozsypkę, specjalność naszej kuchni, ryż za którym przepadaliśmy wszyscy, dostajemy teraz bardzo rzadko, bo matka rozkochała się w kaszach! (Produkt polski!...) Kasza w „Ciastko", na słodko, gruba tatarcza w rozsypkę, do zrazów, do mleka a kiedy „stękamy" na kaszę, przytacza nam zdanie specjalisty-lekarza, że kasze są nadzwyczajnie zdrowe, co uspakaja moją siostrę, która dba o zdrowie i urodę.

A niechby brat utyskiwał na to „krajowe przesadzanie" to za karę odczytać musi z gazety, że Hitler sam dysponując swoje posiłki, żąda na drugie śniadanie buljonu z kostek niemieckich, a do obiadu przynajmniej cztery razy na tydzień deser z galaretek lub budynie z proszków firm niemieckich i ma nadzieję, że wszyscy obywatele niemieccy naśladować go będą. Buntujemy się czasem, że i tak my sami nic nie wskóramy, ale matka twierdzi, że ktoś „musi zacząć". To prawda. Kiedyś, jadąc tramwajem obserwowałam, jak konduktor napróżno prosił o zmianę pieniędzy. Gdy nareszcie jeden z pasażerów namyślił się, by 10 złotych zmienić, w tej chwili pięciu innych się zgłosiło, gotowych do udzielenia drobnych.

Często wsiada do tramwaju staruszek z puszką na ofiary na biedne sieroty. Chodzi i prosi — bez skutku — gdy już ma wysiadać, ktoś wrzuca 10 groszy, a za nim często zaraz kilka osób dodaje ofiary.

Tak, „ktoś musi zacząć". Ale może nawet nie wiemy co w Polsce produkujemy. O dużo, dużo, tak, że bezmała jesteśmy samowystarczalni. Przy wszystkich zakupach codziennych, podarkowych, nadzwyczajnych dopytujmy się i dociekajmy, czy przedłożony towar jest dziełem rąk polskiego robotnika, sporządzony w polskiej fabryce.

Pomyślmy, że **najdrobniejszy pieniądz który idzie za granicę, to kropla krwi wypuszczona z organizmu gospodarczego Polski,** to zwiększenie bezrobocia, pogłębienie kryzysu.

„Ktoś musi zacząć". Zacznijmy wszystkie czytelniczki Gazety dla Kobiet, **a wszystkie rodziny polskie będą miały dach nad głową, a pod tym dachem własny chleb...**

Błędne koło.

Gdy ktoś przestaje kupować
Ktoś inny przestał sprzedawać.
Gdy ktoś przestaje sprzedawać
Ktoś inny przestaje produkować.
Gdy ktoś przestaje produkować
Ktoś inny przestał pracować.
Gdy ktoś przestaje pracować
Ktoś inny przestał zarabiać.
Gdy ktoś przestaje zarabiać
Ktoś inny przestał kupować.

TOMASZ BRAUN

POŚWIĘCENIE DOMU

RACZ, PANIE, BŁOGOSŁAWIĆ TĘ SIEDZIBĘ NOWĄ,
KTÓREJ GOSPODARZ ZAWSZE MIAŁ W SERCU TWE SŁOWO!
RACZ UCZYNIĆ BY DOM NASZ Z WAPNA, DRZEWA, CEGŁY
PRZECIWSTAWIAŁ SIĘ ŁACNO WICHURZE NADBIEGŁEJ!
AŻEBY PIORUN SZCZĘDZIŁ TEJ STRZECHY SŁOMIANEJ,
BY MURY W NAWAŁNICACH NIE DRGNĘŁY, A ŚCIANY
BYŁY SUCHE W ULEWIE. TY RĘKOMA SWEMI
OBRONISZ GO OD OGNIA, OD TRZĘSIENIA ZIEMI.
OD MYSZY, MUCH I SZCZURÓW I WSZELKIEGO GADU,
OD ZALANIA WODAMI, OD DYMU I CZADU,
AŻEBY — TAK POŚWIĘ ON I CHRONION NAJTRWALEJ —
ODPOWIADAŁ ŻYCZENIOM TYCH, CO GO STAWIALI.
NIECHAJ W NISKIM POKOJU MALOWANYM W MAKI
PANUJE ZAWSZE CISZA I SPOKÓJ JEDNAKI.
ABY SENNE MARZENIA, WIEŃCZĄC DZIENNE TRUDY,
DŁUGĄ NOC KOŁYSAŁY SZCZĘŚLIWEMI ZŁUDY.
NIECH W MALOWANEJ W KŁOSY, CIEPŁEJ IZBIE LEŻY
MIĘSO, DOJRZAŁE JABŁKA, CHLEB RAZOWY ŚWIEŻY,
WINO I PŁOWE PIWO — JADŁO I NAPOJE,
DZIĘKI KTÓRYM W CZERSTWOŚCI ŻYJĄ DZIECI TWOJE.
DO BIAŁEGO POKOJU, KĘDY OJCIEC MYŚLI,
PANIE! OŚWIECAJĄCE SWOJE TCHNIENIE ZEŚLIJ.
NIECH DO KAPLICY W WINNE MALOWANEJ GRONA,
ZSTĄPI TWE CIAŁO I TWA KREW NIEWYSŁOWIONA,
AŻEBY DOMOWNIKÓW OBDARZYĆ POGODĄ,
MĄDROŚCIĄ, ŁAGODNOŚCIĄ, POCZCIWOŚCIĄ, ZGODĄ,
CNOTAMI PIĘCIU ZMYSŁÓW, POKORĄ, PRZYJAŹNIĄ,
MIŁOŚCIĄ TWEGO SERCA I BOŻĄ BOJAŹNIĄ.

Z FRANC. TŁUM. CZESŁAW JASTRZĘBIEC-KOZŁOWSKI

Czytelniczkom Gazety dla Kobiet i Współpracownikom

przesyłamy najlepsze życzenia na Nowy Rok.

Niech Boża Dziecina błogosławi wszystkim polskim rodzinom!

REDAKCJA

OD JEDNEJ Z CZYTELNICZEK

ODEBRAŁYŚMY NASTĘPUJĄCY LIST:

Szanowna Redakcjo Gazety dla Kobiet.

Przed miesiącem odebrałam z Redakcji przypomnienie o uregulowaniu zaległości za abonament Gazety. Już to w nieszczęśliwej chwili nadszedł ten nieszczęsny rachunek. Gospodarz wołał o zapłacenie dzierżawy, dzieci o kupno nowych trzewików i jeszcze to upomnienie o zaległy abonament. Proszę się więc nie dziwić, że tak pod pierwszem wrażeniem zapłaciłam co trzeba, ale równocześnie odmówiłam abonament.

I byłabym o tej sprawie zapomniała, gdyby nie następujący wypadek.

Któregoś wieczoru przychodzi moja córka cała wzburzona, z wizyty u sąsiadki. Ledwo uspokoić ją mogłam, a ona mi się zwierza, że było tam kilka osób i wszystkie łącznie z gospodynią tak napastliwie odzywały się o religji, Kościele, księżach a nawet o Mszy św. i wszystkie zwracały się do niej — jako do jedynej praktykującej katoliczki. „A ja, mamo — mówiła dalej z żalem — cierpiałam nad tem wszystkiem, ale niebardzo wiedziałam co odpowiedzieć. Już to najwięcej bolały mnie te ataki na Mszę św. Co z tego, mamo, że my wierzymy, jeżeli tej wiary rozumnie bronić nie umiemy?"

Zamyśliłyśmy się smutnie obie. Wieczorem, siostra moja przyniosła mi grudniową Gazetę dla kobiet. „Pożyczę ci — mówiła — podobno już nie abonujesz."

Otwieram gazetę, tę starą znajomą i zaraz na pierwszej stronie widzę artykuł o Mszy św. i zapowiedź dalszego ciągu. Spojrzałyśmy obie z córką na siebie i wiedziałyśmy już, że jedna myśl nam przyszła.

Otóż przysyłam dziś kwartalny abonament na pierwsze miesiące 1935 roku i dodatkowy za grudzień. Proszę o Gazetę. Nie chcę jej pożyczać, chcę ją mieć w domu, na każde zawołanie moje i mojej rodziny.

I wstydzę się, że żal mi było tych 15 groszy miesięcznie.

Z. H. z B.

Odpowiedź Redakcji: *Szanownej Czytelniczce z żalem donosimy, że grudniowego numeru dostarczyć już nie możemy spowodu zupełnego wyczerpania nakładu.*

DBAJMY O NALEŻYTY SEN NASZEJ RODZINY

Ażeby dobrze ocenić znaczenie snu nietylko dla zdrowia ale wogóle dla życia, wystarczy przypomnieć sobie z własnego doświadczenia jakiś okres, kiedyto musieliśmy niedosypiać kilka nocy zrzędu. Człowiek niewyspany w pierwszym rzędzie nie nadaje się do pracy. Zarówno **praca fizyczna** jak i **praca umysłowa wymaga skupienia, uwagi** i **sprężystości,** na co nie może się zdobyć organizm ludzki nie odświeżony snem.

Praca w fabrykach, przy maszynach grozi często niebezpieczeństwem tym, którzy nieraz na chwilę małą przymknąwszy zmęczone oczy, życiem opłacają jedną nieprzespaną noc. Niemniej przykre następstwa może przynieść zmęczenie nocnem czuwaniem tym, którzy w pracy muszą wykazać wiele skupienia, ostrożności i dokładności jak naprzykład: lekarze, pielęgniarki, maszyniści, kierowcy samochodowi i szereg innych odpowiedzialnych zawodów.

Nawet praca kobiety przy gospodarstwie domowem, zdawałoby się taka prosta, przynosi nieraz wiele szkody i zamieszania w domu, jeżeli gospodyni zmęczona, śpiąca, a przez to i rozdrażniona, robi wszystko niechętnie, prawie przez sen, co w dużej rodzinie wywołuje nietylko nieporządek, ale kłótnie i sprzeczki, które są największemi wrogami szczęścia.

Niedosypianie stałe, lub częste nieprzespane noce w zastraszający sposób rujnują zdrowie, gdyż sprzyjają rozwinięciu się gruźlicy płuc, a także sprowadzają trwałe choroby nerwów.

Wkońcu należy chociaż wspomnieć o wpływie bezsenności na wygląd, a szczególniej na cerę — otóż każda nieprzespana noc to postarzenie się kobiety o jedną nową zmarszczkę — to straty jakie nie dadzą się usunąć nawet drogim kremem.

Co więc trzeba robić, żeby uniknąć tych wszystkich smutnych następstw? — Zdawałoby się, że odpowiedź jest prosta i krótka — **wysypiać się.** Niejedna ze zmęczonych osób pomyśli, żeby tylko mieć czas na wyspanie się...

Otóż nietylko czas potrzebny jest aby wyspanie się i sen wogóle był należytym wypoczynkiem dla spracowanego ciała i zatroskanej myśli. Naturalnie konieczna jest dla każdego wieku **odpowiednia ilość godzin snu.** Młodzież, szczególniej ucząca się, musi mieć przynajmniej 9 godzin snu, dorośli 8 godzin, ludzie chorzy, małe dzieci, czy starsi mają swobodę w rozporządzaniu czasem i śpią, kiedy im przyjdzie ochota. Ale to nie wszystko. Zdarza się przecież — często, że ktoś śpi i 10 godzin, wstaje późno i od rana zamiast świeżości i zdrowia — czuje ciężar w całem ciele, zmęczenie, i tępy ból głowy, a w

DZIŚ TAK — JUTRO INACZEJ

W niedzielę po Mszy św. Antek z matką idą na spacer, Spotykają panią Y. Panie chcąc pogawędzić wchodzą do kawiarni.

— Czy lubisz, Antku, ciasteczka? — zapytuje pani Y.

— Bardzo lubię proszę pani.

Pani Y każe podać ciastka.

Antek patrzy na matkę, gdyż nie wolno mu przed obiadem jeść ciastek; uzyskawszy pozwolenie, zjada je z apetytem.

Po kilku dniach znów na spacerze spotykają panią Y. Wpobliżu w oknie sklepowym widać czekoladki. Antek ciągnie panią Y za rękaw:

— Proszę pani, ja tak lubię czekoladki.

Pani Y i matka śmieją się zachwycone sprytem Antka — dostaje czekoladki. Matka czuje się dumna z pochwały syna, gładzi go po głowie. Po tygodniu, przed tym samym sklepem spotykają panią Z. Antek znów zapowiada:

— Proszę pani, ja tak lubię czekoladki.

Lecz pani Z nie zwraca na to uwagi. Antkowi na płacz się zbiera, bródka się trzęsie, płacz, krzyk, tupanie nóżkami.

Co za wstyd dla matki — takie niegrzeczne dziecko. Żegna się z panią Z i szybko wraca do domu.

— — — — — — — — — — — — —

Basia skończyła pięć lat. Miły z niej dzieciak i rozgarnięty, a zdrowa jak ryba. Rodzice mają już z niej pomoc. Latem gęsi pilnowała, a teraz gdy zima nastała to już i matce w domu pomoże i małego Bronka co ma rok dopiero przypilnuje. Tylko z pacierzem to ani rusz. Zacząć to jeszcze „Ojcze nasz" zacznie, ale potem zawsze kłopot, mówi, że suchego chleba nie lubi, więc prosi Pana Boga, o chleb z masłem, a czasem nawet z marmoladą; dalej zawsze matka musi podpowiadać.

Z matką też rozmaicie bywa, czasem spokojnie pilnuje i pomaga, a czasem się rozgniewa i mówi, że „z taką dziewuchą to już wytrzymać nie można". Raz nawet Baśka baty dostała.

Gdy sąsiadki przyjdą wstydzi się matka, że Baśka pacierza jeszcze nie umie, więc żarty i śmiechy z tego stroi.

— Widzicie jaką mam sprytną córkę, woli odrazu i o masło prosić.

Sąsiadki przytakują, śmieją się, a z niemi i Baśka. Raz już nawet przy nich o ciastko „Bozię" poprosiła.

Aż tu przychodzi ksiądz proboszcz, gładzi Baśkę po głowie i pyta:

— A pacierz umiesz?

Chciała się biedaczka pokazać i znów o ciastko prosi.

Pokiwał ksiądz proboszcz głową i mówi:

— Mogłaby też Walentowa dziecko porządnie pacierza wyuczyć.

Oj dostała Baśka baty po wyjściu księdza proboszcza, bo przez nią taki wstyd matkę spotkał.

— — — — — — — — — — — — —

Tak Antek jak i Baśka zrobili prawdziwą przykrość matkom — lecz czy była to rzeczywiście ich wina? Zdawałoby się że tak, a jednak prawdziwie winnemi były matki. Gdyby zawsze równo postępowały, dzieci wiedziałyby co im wolno, a czego nie należy robić. Gdy matka za taki sam postępek — raz dziecko chwali, drugi raz gani, a co gorsza karze, nie może ono zrozumieć czego od niego wymagają. Ono broi, lecz winna jest matka. Naszem nierównem postępowaniem bałamucimy dzieci, a nawet możemy popsuć im charakter.

Równość postępowania i wymagań w stosunku do dzieci jest pierwszą zasadniczą podstawą wychowania.

Zabraniajmy tylko to, co po rozważnem przemyśleniu uznamy za prawdziwie złe i szkodliwe, ale róbmy to zawsze równo. Dziecko musi jasno wiedzieć co mu wolno, a czego nie wolno, i co od niego wymagamy, inaczej nie będzie wiedziało jak ma postępować.

Zofja Lipkowska-Górska,

ustach niesmak gorzki. Widzimy więc, że **dobry sen wymaga pewnych warunków.**

Pierwszym warunkiem dobrego, zdrowego snu — to **nieprzepełniony żołądek.** Kolacja powinna być lekkostrawna, i nie później podana jak na 2—3 godziny przed spaniem, pełny żołądek wywołuje bicie serca, sprowadza bezsenność, albo przykre sny. Nie powinno się kłaść spać bezpośrednio po wielkiem zdenerwowaniu, kłótni, czy po wesołej hałaśliwej zabawie, wiemy jak często rozbawione późnym wieczorem dzieci, do północy zasnąć nie mogą. Krótka przechadzka, albo spokojna, pogodna książka dobrze działają na uspokojenie nerwów przed snem.

Łóżko własne, albo chociaż na podłodze oddzielne posłanie na materacach **to drugi warunek dobrego snu.** Spanie wspólne dzieci w jednem łóżku, albo rodziców z dziećmi, jest niebezpieczne ze względu na przenoszenie się różnych chorób, a także przeszkadza w swobodnem ułożeniu się co jest konieczne dla zdrowego snu. Łóżko powino być wygodnie i codziennie świeżo przesłane, pościel czysta i wietrzona. Dla zaoszczędzenia pościeli powinno się przed snem obmyć ciało, a szczególniej w lecie, gdy i kurzu jest więcej i gdy mycie jest łatwiejsze. Wymyte zęby, usuną niemiły gorzki smak w ustach. Koszula nocna wywietrzona jest konieczna do snu i ze względu na zdrowie i ze względów oszczędnościowych. Dzienne koszule męskie po jednej przespanej nocy są nie do użycia w dzień, koszule damskie, na cienkich ramiączkach, drą się w nocy bardzo łatwo. Do snu należy układać się na prawym boku, pod głowę kłaść jedną poduszkę; gdy w mieszkaniu nie jest chłodno, lepiej spać pod kołdrą niż pod pierzyną.

Wkońcu jedna **uwaga o powietrzu!** Gdy całe nasze ciało odpoczywa, gdy nawet myśl nie pracuje, wtedy to serce i płuca pracują bez przerwy, abyśmy się ze snu zbudzić jeszcze mogli. Płuca wciągają powietrze, a tem powietrzem odświeża się nasza krew. Jeżeli chcemy żeby nasze przebudzenie było rześwe, a sen spokojny i zdrowy, nie zatruwajmy prze noc naszej krwi, a przez nią całego ciała zepsutem powietrzem. Przed snem trzeba koniecznie otworzyć okno szeroko, aby z mieszkania mogły usunąć się: para, dym papierosowy, zaduch od ludzkiego potu, czad od palącej się lampy i pieca, a na to miejsce pozwólmy wejść świeżemu powietrzu. Tylko sen w przewietrzonem mieszkaniu daje prawdziwy wypoczynek.

Wiem, że gdy się oczy do snu kleją, trudno myśleć o myciu zębów, o wietrzeniu mieszkania, o zmianie bielizny, ale warto się zdobyć na ten ostatni wysiłek, żeby następny dzień powitać z jasną głową, silnem ciałem, dobrym humorem i ochotą do pracy.

Lekarka.

KRÓLIKI

Takie już jesteśmy dziwne — że niewiadomo z jakich przyczyn pewnych potraw nie jadamy — ale gdybyśmy się spytały czemu... — nie wiem czy zawsze znalazłybyśmy odpowiedź. Tak się rzecz ma z **potrawami z królików.** Mało kobiet uważa, że królik — to dobry, pożywny, a odpowiednio przyrządzony, nawet smaczny posiłek. We Francji młody królik smażony jak kurczę — zalicza się do specjałów.

Odróżniamy dwa gatunki królików:

1. **Dzikie** — o mięsie ciemniejszem, w smaku przypominające zająca, zwykle drobne. — Dzikie nadają się na rosół, potrawkę, pasztet.
2. **Swojskie** — większe, o mięsie jasnem, delikatniejszem w smaku, specjalnie dobre na pieczyste.

Króliki łatwo się psują, to też po zabiciu powinny być zaraz obciągnięte ze skóry i oczyszczone. Jeżeli nie możemy zaraz ich zużytkować, to należy je zamarynować (marynujemy króliki jak cielęcinę — najdłużej na 3 dni).

Rosół z królika.

Przodki, wątroba, serce, głowa i 25 dkg. jarzyn.

Gotować jak zwyczajny rosół, podawać z kluseczkami.

Potrawka z królika.

Proporcja: przodki, wątroba, serce, 20 dkg. szynki,
3 dkg. masła,
2 dkg. mąki,
1 cebula drobno pokrajana,
¼ l. śmietany,
sok z ½ cytryny,
korzenie.

Sposób robienia: Ugotować do miękkości przodki, wątrobę, serce, — wyjąć — pokrajać w drobne kawałki, szynkę również pokrajać. W rondlu roztopić masło, zrumienić w niem cebulę, dodać mąkę i śmietanę i tyle rosołu by sos nie był za gęsty. Włożyć do tego mięso i szynkę i wszystko razem zagotować. Wcisnąć sok z ½ cytryny. Przed podaniem można sos zaciągnąć żółtkiem.

Jako dodatki — ryż — kompot.

Królik pieczony.

Proporcja: Comber, szyneczki, 3 dkg masła, wędzonej słoniny, ¼ l. śmietany.

Ściągnąć skórę, oczyścić, odciąć comber i tylne szyneczki (przód na potrawkę) wyżyłować, osolić, naszpilkować wędzoną słoniną. Piec w średnio gorącym piecu przez 1½ godziny, polewając tłuszczem i wodą — aby mięso nie wyschło. Na dopieczeniu oprószyć mąką i polać śmietaną. Pokrajać jak zająca. Podawać do królika sałatę ostrą lub ryż.

NA KARNAWAŁ

PĄCZKI — 50 dkg mąki, 6 żółtek, 4 dkg drożdży, 1 szklanka mleka, 12 dkg masła, 12 dkg cukru, kieliszek araku, skórka cytrynowa.

Mąkę wygrzać. Zrobić rozczyn z drożdży, mleka i części mąki. Postawić do wyrośnięcia. Żółtka ubić z cukrem na parze. Do wyrośniętego rozczynu dodawać przy wyrabianiu żółtka i inne dodatki, poczem ciasto doskonale wyrobić. (Ubijać tak długo, aż pęcherzyki wybijać się zaczną i ciasto od kopyści samo odchodzi.) Postawić do wyrośnięcia. Następnie formować pączki i smażyć na rozpalonym tłuszczu.

CHRUST — 4 żółtka, 2 łyżki cukru pudru, 5 łyżek masła, 9 łyżek kwaśnej śmietany, kieliszek araku, mąki około 50 dkg.

Masło utrzeć na śmietanę, następnie stopniowo dodawać żółtka, cukier i część mąki. Następnie wyłożyć na stolnicę i wyrabiać z resztą mąki. Wałkować cienko i wykrawać chrusty. Smażyć na rozpalonym tłuszczu. Po usmażeniu wyjmować na bibułę i posypywać miałkim cukrem.

PĄCZKI BARDZO DOBRE. — 1 szklanka żółtek (10 starczy także), 1 szklanka klarowanego masła (mniejwięcej ½ f), 2 szklanki mleka (½ ltr), 1 szklanka cukru, dobry kieliszek araku, 100 g młodzi, mniejwięcej 2 f mąki.

Do wygrzanej, osianej, najlepszej mąki pszennej, wlać żółtka doskonale z cukrem ubite, młodzie rozpuszczone w mleku i mleko. Ubijać, dodając potrochu masło. Ciasto musi być dość tęgie, tak by przy formowaniu pączków nie było potrzeba dodawać mąki.

Po wyrośnięciu ciasta (powinno urość dwukrotnie) formować pączki, podług gustu nadziewać powidłami lub konfiturą i zostawić do wyrośnięcia. Smażyć w gorącym smalcu.

CHRUŚCIKI WYBORNE. Z proporcji tej jest 6 dużych półmisków chruścików. 15 żółtek, 2 kieliszki araku lub spirytusu, 2 łyżki cukru, 1 kwaterkę dobrej gęstej śmietany kwaśnej. Mąki ile ciasto wchłonie.

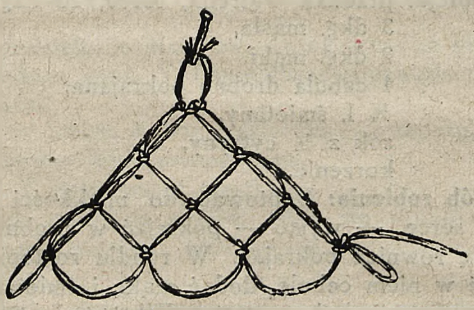
Zagnieść ciasto jak się to czyni na makaron tylko luźniej, potem bić wałkiem ½ godziny na stolnicy, następnie cieniutko rozwałkować, wykrawać radełkiem i zaraz smażyć. Powinny to robić dwie osoby, bo gdy chruściki poleżą przed smażeniem robią się twarde. Posypywać miałkim cukrem.

Do smażenia wziąć tłuszczu kokosowego. Na powyższą porcję mniejwięcej 1½ kg.

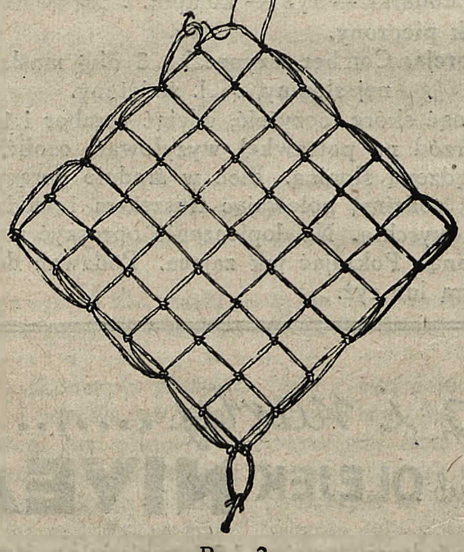
ROBOTY SIATKOWE

W nr. 11/34 r. podaliśmy sposób wiązania siatki t. zw. ukośnej.

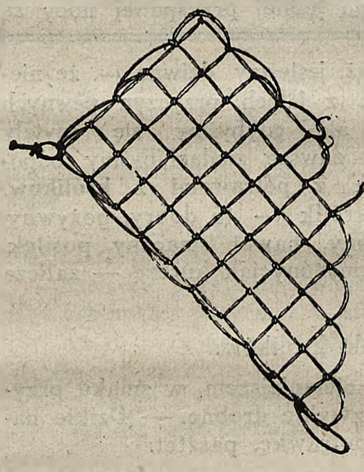
Drugi rodzaj siatki, zwykle do robót używanej, to **siatka** t. zw **prosta**, gdzie linje oczek są równoległe i prostopadłe do boków roboty. Wiązanie siatki zaczynamy tak samo jak poprzednio, tylko po zrobieniu dwóch oczek trzeba wałek wyjąć, siatkę odwrócić. Następny rząd zaczynamy tak samo, jak przy siatce ukośnej, dodając przy końcu rzędu jedno oczko (rys. 1). Powtarzamy to za każdym razem doszedłszy do końca rzędu. Robiąc środkowy rząd w kwadracie nie dodajemy oczka, a w dolnej połowie kwadratu, przy końcu każdego rzędu jedno oczko tracimy, wiążąc ostatnie oczko w dwóch końcowych poprzedniego rzędu (rys. 2).



Rys. 1.

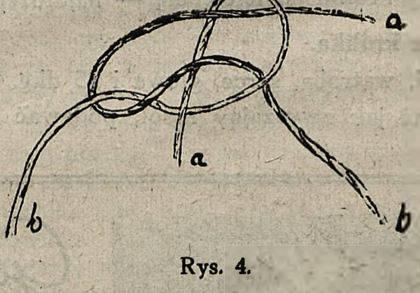


Rys. 2.



Rys. 3.

Przy robocie prostokątu, kiedy mamy już potrzebną ilość oczek, to jest szerokość prostokątu, przy końcu jednego rzędu oczko tracimy, przy końcu drugiego dodajemy — na zmianę (rys. 3). Gdy osiągniemy potrzebną długość, robotę kończymy jak kwadrat.



Rys. 4.

Jeśli w czasie robienia siatki, lub poszywania jej wyniknie potrzeba zesztukowania nitki, robimy to zapomocą t. zw. supełka koronkowego. Sposób związania go widzimy na rys. 4.

Abonament roczny pod opaską . . . . 2,50 zł
W abonamencie wspólnym od 10 egz. rocznie . . . . 2,— zł
Telefon nr. 15-27 Konto czekowe 200 368

Ogłoszenia: umieszczone na całej stronie . . . . . . 300,— zł
1 mm 1 łamu . . . . 0,29 zł
Gazeta dzieli się na 4 łamy.

Wydawca: Katolickie Stowarzyszenie Kobiet w Poznaniu. Za redakcję: Zofja Sicińska i Janina Kaźmierska. Adres redakcji: Gazeta dla Kobiet, Poznań, Aleje Marcinkowskiego 1. — Tłoczono w Drukarni i Księgarni św. Wojciecha Sp. z o. o. w Poznaniu na papierze z własnej fabryki papieru „Malta".